



Susedalen

Välkomna till vinterns och vårens aktiviteter 2023



Foto: Inger Sjunnesson Davidsson

Kontakta oss

Styrelsen:

Ordförande	Johnny Karlsson	070-67 40 126
Vice ordf.	Anita Johnsson	070-251 10 67
Kassör/hemsida	Asta Bengtsson	070-651 14 11
Vice kassör	Jan-Ingvar Ivarsson	072-233 10 32
Sekreterare/hemsida	Inger Sjunnesson Davidsson	070-952 07 25
Vice sekr.	Ann-Christine Samuelsson	070-647 87 10
Medlemmar/försäkr.	Bernt Andersson	073-804 62 55

Kontaktpersoner kommittéer:

Folkhälsa	Marianne Larsson	073-805 55 07
Resor	Irene Ivarsson	070-574 32 19
Studier	Merit Thuresson	070-35 99 028
Trafik	Erling Lundqvist	070-33 52 234
Bowling	Karl-Bertil Bengtsson	073-073 44 42
Gymnastik	Marianne Bergstrand	0346-51 345
Revisor	Per Lennart Persson	070-938 65 24
Valberedning	Hans-Åke Bengtsson	070-82 611 79

Hemsida: www.spfseniorerna.se/susedalen

Facebook: SPF Seniorerna Susedalen

Ordföranden har ordet

Nytt år nya utmaningar!

Under året kommer vi att skapa tillfällen för ensamma att kunna träffas där olika aktiviteter anordnas och även transport till och från dessa kommer att ordnas.

Här kommer ett nytt program för vinter och vår med flera intressanta träffar, föreläsningar och studiecirkelar.

Vi jobbar vidare med att öka antalet medlemmar. Detta gör vi med olika aktiviteter för att intressera seniorer att gå med i SPF Susedalen.

Jag vill tacka kommittéerna för allt arbete som gjorts och görs, samt alla andra som varit med och hjälpt till vid våra aktiviteter.

Jag önskar alla ett Gott Nytt År!

Johnny Karlsson, ordförande

*Kör du inte bil eller har svårt att komma till våra aktiviteter? Säg till när du anmäler dig så kan vi hjälpa till att förmedla skjuts!
Vi vill också uppmana alla till samåkning!*



Möten, träffar och andra aktiviteter

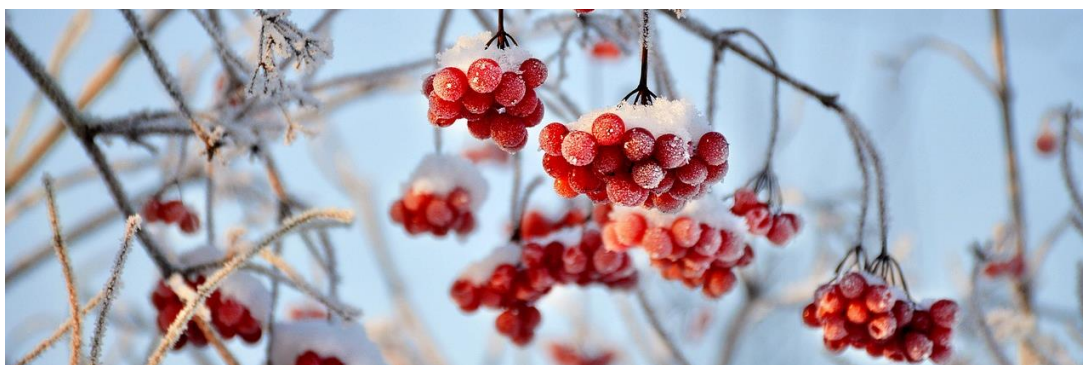
Vinterfest, fredag 20 januari

Välkomna till Vinterfest i Hebergs bygdegård den 20 januari kl. 18.00.
Vi får något enkelt att äta och dricka, samt kaffe och kaka.

Underhållare är L:n, som spelar låtar från 50-, 60- och 70-talen, och kanske drar någon historia eller anekdot från deras musikliv.
Kostnad för detta ca 250 kronor.

Anmälan till Gunvor Sylegård, tel. 076-815 14 11
eller Siv Bengtsson, tel. 070-536 26 20 senast 13 januari.

Vi hoppas på god uppslutning så det kan bli en "vinterfest" i år!



Årsmöte, onsdag 15 februari

Alla medlemmar hälsas välkomna till vårt årsmöte den 15 februari kl. 14.00 i Hebergs bygdegård.

Sedvanliga årsmötesförhandlingar.
Därefter bjuder föreningen på kaffe/te och tårta.

Underhållning av Ann-Louise Liljedahl som framför en annorlunda, rofylld konsert med det ovanliga instrumentet Hang.

Anmälan till Inger Sjunnesson Davidsson, tel. 070-952 07 25, eller Asta Bengtsson, tel. 070-651 14 11 senast den 9 februari.

Sista datum för inlämnande av motioner är 18 januari 2023

Möten, träffar och andra aktiviteter

Hjärnkoll, torsdag 2 mars

SPF Seniorernas frågesport Hjärnkoll äger rum i Hebergs

Bygdegård torsdagen den 2 mars kl. 14.00.

De tre som har bäst resultat bildar lag och tävlar i distriktsfinal i

Vessigebro torsdagen den 4 maj.

Föreningen bjuder på fika.



Anmälan senast 26 februari till Jan-Ingvar Ivarsson tel. 072- 233 10 32

Från farbror Sven till traktorpulling, onsdag 15 mars

Välkomna till Hebergs bygdegård onsdagen den 15 mars kl. 14.00, då vi får lyssna till **Pelle Hörmander** som gräver ur radioarkivet och minns 37 år på Radio Halland. En kavalkad av radiominnen, minnesvärda möten och dramatiska händelser.

Efter föredraget serveras kaffe med dopp. Kostnad ca 150 kronor.

Anmälan till Inger Sjunnesson Davidsson, tel. 070-952 07 25 senast 10 mars.

På våra resor och träffar vill vi gärna fotografera för att kunna berätta på hemsidan om alla trevliga aktiviteter.

Säg till om du absolut inte vill bli fotograferad!!

 **Länsförsäkringar**
Fastighetsförmedling

Nygatan 37, telefon: 0346-75 95 00

Möten, träffar och andra aktiviteter

Modevisning, tisdag 18 april

I samarbete med Falkenbergs Netto kommer vi att ha modevisning i Hebergs bygdegård tisdagen den 18 april.

Vi börjar med visning av vårens och sommarens mode för damer och herrar klockan 17.00.

Avslutar med kvällsfika och eftersnack. Kostnad 150 kronor.

Anmälan till Asta Bengtsson, tel. 070-651 14 11 senast 11 april.



Kläder och skor för hela familjen

Personlig service – Brett sortiment – Bra kvalitet

Tel. 0346-51270, café 0346-51410

www.falkenbergsnetto.se

Teater om Nils Poppe (Gycklaren och människan), fredag 12 maj

Välkomna till Hebergs bygdegård fredagen den 12 maj kl. 18.00.

Gunilla och Thomas Poppe ger en föreställning om Nils Poppe. Gunilla berättar om hans liv och karriär och visar ett bildspel om honom. Thomas sjunger egna sånger, även Chaplinmelodier.

Efter föreställningen blir det förtäring, samt kaffe och kaka.

Kostnad ca 250 kr.

Anmälan till Johnny Karlsson, tel.

070-674 01 26, eller Bernt

Andersson, tel. 073-804 62 55

senast 5 maj.



Resor

Tvådagars resa till Småland 25-26 april i samarbete med Er Tur.

Avresa på morgonen med stopp för bussfika innan vi kommer till Kosta vid lunchtid.

Inkvartering sker antingen på Spa hotellet Kosta Boda Art Hotel eller på Kosta Lodge som är en fin stugby en bit från glashyttan (knappt 2 km)).

Under första dagen kan ni passa på att besöka Kosta Art Gallery med fantastisk glasutställning, handla glas, kläder mm på Kosta Outlet eller njuta av en stund på Spa avdelningen (ingår om man bor på hotellet).

Dessutom kan man boka till en utflykt med bussen till Hönsa-Lottas Luffarmuseum ca 15 min resa från Kosta, pris 60 kr/pers.

Man kan även boka till en föreläsning om utvandrarna och Vilhelm Moberg 2500 kr/grupp.

På kvällen träffas vi igen för gemensamt evenemang – Hyttsill, musikunderhållning och glasblåsning.

Efter frukost dag två bär det av mot Växjö där vi får en rundtur med bussen och sedan egen tid i stadens centrum innan vi äter en gemensam lunch före hemfärd. Beräknad hemkomst till Halland ca kl 19.

Denna resa är inte bara för oss i SPF Seniorerna Susedalen utan vem som helst kan följa med på den. Vi har reserverat 15 platser för vår förening.

Vill du ha mer information eller boka resan gör du det direkt till ErTur, tel. 035-299 66 60.

Åsa Fors-Johnsson har varit vår kontaktperson under planeringen.

Pris- och boknings information

Grundpris (per person i dubbelrum) Kosta Lodge 2 450 kr

Grundpris (per person i dubbelrum) Kosta Boda Art Hotel 2 990 kr

I priset ingår: Bussresa, busskaffe med smörgås, boende på valt hotell, hyttsill med glasblåsning och underhållning i glashyttan på Kosta, lunch i Växjö samt reseledning från ErTur.

Tillägg: Enkelrum 400 kr, måltidsdryck, eventuellt valda utflykter.



Resor

Resa till Norra Halland, lördag 10 juni

Buss hämtar i Getinge 8.20, Slöinge 8.30, Heberg 8.40, Falkenberg Anghems 9.00.

Pris ca 650 kr inkl. bussresa, brunch, guidning och bussfika.

Beräknad hemkomst ca kl. 18.

Anmälan till Elsie Andersson, tel. 070-226 81 54 efter 1 maj och senast 25 maj.

Folkhälsa/friskvård

Vårens promenader

Första onsdagen i månaden träffas vi på olika platser inom närområdet och går en vandring. Vi börjar **onsdagen den 5 april** kl. 10.00, samling på järnvägsstationens parkering mitt emot Bovieran. Därifrån en promenad både på gamla och nya Tröingeberg med lite stigar och lite gator. Ta med fika.

Vandringar därefter:

Onsdag 3 maj kl. 10.00

Onsdag 7 juni kl. 10.00

Onsdag 5 juli kl. 10.00

Platser och träffpunkt meddelas vid föregående vandring.

Vi kommer även skicka ut mail och påminna om platsen

Välkomna till sköna promenader hoppas Hjördis och Marianne.



Folkhälsa/friskvård

Gökotta, torsdag 18 maj

Vi träffas vid Nyhagasjön kl. 8.00, där vi går en poängpromenad innan vi äter vår medhavda frukostkorg. Vi hoppas självklart på fint väder och gökens ankomst.

Välkomna till en trevlig morgon! Ingen föransmälan behövs.

Bangolf, onsdag 31 maj

Dags för den populära bangolfen igen. Vi samlas kl. 10.00 och börjar med en kopp kaffe som vi blir bjudna på, ta med eget kaffebröd. Vi delar in oss i 3-mannalag som vanligt och spelar mest för äran att vinna.

Litet pris till bästa lag.

Välkomna till banan vid Klitterbadet.

Kostnaden meddelas vi anmälningen till

Marianne Larsson, tel. 073-805 55 07 senast 29 maj.

Folkhälsoveckan 8 – 12 maj (vecka 19)

Under veckan 8 – 12 maj kommer SPF Seniorerna i hela Sverige att ordna en folkhälsovecka med olika lokala och nationella aktiviteter. Det brukar också sändas föreläsningar digitalt via förbundets hemsida. Vi kommer att meddela vad som anordnas när vi närmar oss tiden.



Studiekommittén

Några av våra studiecirklar från hösten har inte kommit igång, antingen p.g.a. tidsbrist eller för få deltagare. Därför hoppas vi kunna starta dem så fort som möjligt i vinter/vår. Ni som redan anmält er är inte bortglömda utan kommer att bli kontaktade av oss!

Bli vän med dina appar

En studiecirkel där vi lär oss lite mer om appar, hur man laddar ner dem, vilka som är bra att ha och varför. Några exempel är BankID, Swish, Kivra, 1177-vårdguiden m.fl.

Det är **inte** någon fortsättningskurs utan har samma innehåll som tidigare. Anmälan till Inger Sjunnesson Davidsson, tel. 070-952 07 25

Försök inte lura mig...

En liten kurs upplagd på tre träffar om hur man undviker bedrägerier – På sta'n, i hemmet, på nätet.

Med hjälp av ett gediget studiematerial går vi igenom strategier för att undvika att bli lurad! Nyttigt för alla att tänka på.

Anmälan till Inger Sjunnesson Davidsson, tel. 070-952 07 25

10 tips för att leva 10 år till

En studiecirkel om hur vi kan må bättre och få leva gott lite längre. Vi använder Bertil Marklunds bok med samma namn som studiematerial.

Eventuellt kan vi engagera Jan-Olof Andersson, som brinner för ett bättre liv i ett hållbart samhälle, vid något tillfälle.

Anmälan till Merit Thuresson, tel. 070-359 90 28



Vi samarbetar med SV Studieförbundet Vuxenskolan
www.sv.se/halland

Annat som händer

Bowling

Bowling kan du spela på onsdagar kl. 08.00 i Getinge idrottshall med start i januari. Kontaktperson: Karl-Bertil Bengtsson, tel. 073-073 44 42

Gymnastik

Gymnastiken startar åter måndagen den 9 januari kl. 15.00–16.00 i Slöinge idrottshall och pågår därefter varje måndag t.o.m. 24 april. Ledare är Inger Bengtsson. Avgift 250 kr för 15 gånger
Kontaktperson: Marianne Bergstrand tel. 0346-513 45

OPTIKBUTIKEN

F A L K E N B E R G

FYNDA KÖPCENTER

Öppet månd – fred 10 – 18, lörd 10 – 14, sönd stängt
Tel. 0346-170 00

Sedan en tid tillbaka har vi nu fått ordning på massutskicken på mailen. I rubrikraden på mailet står det: Mailutskick SPF SYSTEM, vad det gäller, t.ex. tipspromenad, CRM: + ett nummer.

Var inte rädda för att öppna mailet – det är helt i sin ordning!

Har vi inte din mailadress eller mobilnummer??

Skicka den till bernt034640424@telia.com



Sennan Bus

Kalendarium

Datum	Aktivitet	Läs mer	Anmälan senast
20 januari	Vinterfesten	sid 4	13 januari
15 februari	Årsmöte	sid 4	9 februari
2 mars	Hjärnkoll, lokalt	sid 5	26 februari
15 mars	Föreläsning	sid 5	10 mars
5 april	Promenad	sid 8	
18 april	Modevisning	sid 6	11 april
25-26 april	Resa Glasriket	sid 7	se text!
3 maj	Promenad	sid 8	
4 maj	Hjärnkoll, distrikt	sid 5	
12 maj	Teater	sid 6	5 maj
18 maj	Gökotta	sid 9	ingen föranmälan
31 maj	Bangolf	sid 9	29 maj
7 juni	Promenad	sid 8	
10 juni	Resa Norra Halland	sid 6	1 – 25 maj
5 juli	Promenad	sid 8	

- Sommarbuffé
- Restaurang
- Konferens
- Butik
- Glasscafé



Laxbutikén i Heberg • E6 avfart 49 • 0346-511 10 • laxbutikén.se

